KURSY KORESPONDENCYJNE GOSPODARSTWA DOMOWEGO

ROK II 1931 r. ZESZYT 38.



ZN

ILUSTROWANE PODRĘCZNIKI

ręcznych robót kobiecych, wydane przez T-wo Wyd. „BLUSZCZ" — Warszawa, Plac Zamkowy 9.

Konto P. K. O. Nr. 13.555.

„100 ŚCIEGÓW SZYDEŁKOWYCH I ICH ZASTOSOWANIE"

Cz. I: ściegi zasadnicze i ozdobne.

Cz. II: ściegi tunetańskie.

Cena każdej części 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

„HAFT BIAŁY"

dokładna nauka wszystkich ściegów, używanych przy białych haftach, oraz wzory naturalnej wielkości.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

„HAFT TOLEDO"

nauka wykonania i wzory.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

„ZBIÓR MONOGRAMÓW"

album, zawierający przeszło 600 wzorów od wykwintnych do najskromniejszych.

Cena 5 zł. Z przes. poczt. 5 zł. 50 gr.

„WZORY HAFTÓW BIAŁYCH I KOLOROWYCH"

w 2-ch zeszytach, z których każdy zawiera po 100 wzorów naturalnej wielkości haftów białych i kolorowych.

Cena każdego zeszytu 3 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 3 zł. 80 gr.

„MALOWANIE, LIWORYZACJA, TAMPONOWANIE"

sposoby ozdabiania materjałów oraz wzory naturalnej wielkości.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

„PODRĘCZNIK ROBÓT SIATKOWYCH"

(FILET)

dokładna nauka robienia siatki i ściegów, używanych do jej poszywania, oraz wzory i sposoby wykonania motywów, koronek, stor i t. p.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

„HAFT KOLOROWY"

dokładna nauka wszelkiego rodzaju haftów kolorowych, sposoby wykonania oraz wzory naturalnej wielkości.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

„METALOPLASTYKA"

dokładna nauka artystycznego wytłaczania metali, ilustracje i wzory naturalnej wielkości.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

ROBOTY FRYWOLITOWE

część I

dokładna nauka delikatnych robót koronkowych, zaopatrzona w liczne wzory.

Cena 1 zł. 50 gr. Z przes. poczt. 1 zł. 80 gr.

Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem. Prawo przedruku zastrzeżone.

KURSY KORESPONDENCYJNE GOSPODARSTWA DOMOWEGO

PRZY TOW. WYD. „BLUSZCZ"

ROK II ZESZYT 38 1931 r.

REDAKCJA I ADMINISTRACJA WARSZAWA, PLAC ZAMKOWY 9.
SEKRETARJAT REDAKCJI CZYNNY CODZIENNIE, OPRÓCZ NIEDZIEL I ŚWIĄT, OD G. 11-ej DO 1-EJ. TEL. 289-40

WYCHODZI 1-GO I 15-GO KAŻDEGO MIESIĄCA

GRUPA IX. WYKŁAD 2.

RÓŻNE RODZAJE ŚWIATŁA I OPAŁU

Dr. STEFANJA PFANHAUSEROWA.

Ogrzewanie stosujemy w tych wszystkich wypadkach, gdzie zależy nam na podniesieniu temperatury. A więc: 1) celem ogrzewania mieszkań, 2) przedmiotów i naczyń, albo płyty kuchennej, na której te naczynia ustawiamy.

Ogrzewanie mieszkań jest w naszym klimacie sprawą bardzo ważną, gdyż, mimo „kalendarzowych" 4 pór roku, w praktyce możemy rozróżniać właściwie tylko dwie: Krótką, podczas której temperatura powietrza jest znośna i nie potrzebuje być ogrzewana, oraz długi okres (jesień, zima i wiosna), podczas której ogrzewanie mieszkania jest konieczne.

Piece, w których pali się drzewem lub węglem, są dziś jeszcze najbardziej w użyciu, zwłaszcza w mniejszych miastach, wsiach i miasteczkach. Kominki należą już dziś do legend, i tylko wyjątkowo spotyka się je w ich pierwotnej formie, t. j. opalane drzewem.

Regułą są dziś piece *kaflowe,* a rzadziej spotyka się już lepione t. zw. *kaminonkowe* i murowane. Palenie w piecach musi być umiejętne, jeśli chcemy gospodarzyć oszczędnie i nie trwonić drogiego paliwa. Przed paleniem w piecu trzeba piec wewnątrz oczyścić t. j. wygarnąć pozostałe z ostatniego palenia popioły i żużle. Najlepiej wykonywać tę czynność zrana, przed uprzątaniem pokoi. Po wygarnięciu popiołu *rozpalamy,* zapomocą drobnych trzasek drzewa i papierów, uważając, aby przeciąg w piecu był dostateczny, gdyż inaczej powstanie niepotrzebny dym, który zamiast do komina, będzie uchodzić na pokój. W dnie słoneczne zdarza się, że dym wychodzi nazewnątrz, zamiast ciągnąć do komina. Dzieje się to wskutek nierównomiernej temperatury komina (chłodny wewnątrz, ze szczytu nagrzany). Paląc w piecu słomę lub papiery szybko usuniemy to dymienie. Paliwo należy układać *z przodu pieca i na ruszcie,* a nie wgłębi pieca. Po napaleniu zamyka się piece kaflowe zatyczką, przy czem należy postępować rozważnie. Za wcześnie zamknięty piec, z którego wydziela się tlenek węgla, niejednokrotnie bywał powodem niebezpiecznych zatruć, a nawet śmierci. Mają jednak piece kaflowe swoje zalety, przedewszystkiem tę, że chociaż wolniej nagrzewają się niż inne rodzaje pieców, to jednak najdłużej utrzymują w sobie ciepło i najdłużej je nazewnątrz promieniują.

Oprócz pieców kaflowych, są w użyciu i innego rodzaju piece. Przedewszystkiem piecyki *żelazne,* ogrzewane węglem, które rozgrzewają się w krótkim czasie aż do czerwoności (niestety równie szybko stygną). Piece te mogą służyć równocześnie jako kuchenki (na płycie wierzchniej można posta-

wić naczynie z wodą lub rondel) a niekiedy mają kształt wydłużony, co umożliwia gotowanie na nich większej ilości potraw równocześnie. Ulepszony piec żelazny znany jest w handlu pod nazwą „Dauerbrand“ (może jest polska nazwa?); zasadą palenia w tych piecach jest utrzymywanie w nich „wiecznego ognia“, co można uzyskać przez systematyczne dorzucanie grudki węgla lub koksu co 15 minut. Piece te, zawsze rozżarzone, stale promieniują ciepło, i istotnie przewyższają pod tym względem zwykłe żelazne piecyki.

Piece *gazowe*, mniej jeszcze u nas znane, o ile posiadają komin, którym uchodzą spaliny, nie przedstawiają żadnego niebezpieczeństwa dla zdrowia i życia ludzkiego (o czem zresztą było mowa w poprzednim wykładzie).

Piece te mają różne kształty: małe, zawieszone na ścianach, mało zajmują miejsca; widuje się też ozdobne piecyki i kominki, lub wreszcie radjatory żeberkowe, podobne do radjatorów centralnego ogrzewania. Opalanie gazowe kosztuje drożej, niż inne rodzaje pieców, ale ma swoje zalety. Jest bardzo odpowiednie tam, gdzie zależy na szybkiem ogrzaniu lokalu na krótki przeciąg czasu (sale odczytowe, ambulatorja, poczekalnie, kościoły i t. p.).

Mniej są w użyciu piece elektryczne, jako drogie i mało u nas rozpowszechnione. Natomiast używane u nas dosyć często i godne polecenia są lampy elektryczne *lampy żarowe*, które zamiast lampy szklanej mają przeprowadzone zwoje drutu. Prąd elektryczny, przepływając przez te zwoje, rozżarza je do czerwoności.

Ogrzewanie mieszkań wyłącznie elektrycznością byłoby w naszych warunkach za drogie, ale w czasie ostrej zimy, w mieszkaniach, które mimo palenia w piecach nie dają się należycie ogrzać, lampa taka może przydać się ogromnie.

Mniej rozpowszechnione, ale gdzieniegdzie stosowane są piece naftowe, mniej przyjemne w użyciu, bo trudniej je utrzymać w należytej czystości, oraz piece spirytusowe, które w praktyce okazały się najkosztowniejsze.

Zajmowaliśmy się dotąd piecami, umieszczanemi i opalanemi w każdym pokoju oddzielnie.

Dziś coraz więcej zwolenników zyskuje ogrzewanie *centralne*. Główne jego zalety: to możność ogrzewania wszystkich zakamarków mieszkania, czystość, zysk miejsca, bo radjatory centralne mniej zajmują miejsca niż inne piece, wreszcie oszczędność w paleniu, jeśli pali się umiejętnie, i odliczy wydatek na samą instalację.

Dziś znane są już różne systemy centralnego ogrzewania, a więc: parowe, wodne i powietrzne. Zasada palenia to: wspólny piec-kotłownia, w którym się pali i rozprowadza gorącą wodę, parę czy powietrze po całym domu.

Za najhigieniczniejsze uważane jest ogrzewanie *wodne*, należy jednak zważać, aby stale utrzymywać ogień w centrali; gdyby bowiem ogień wygasł, może woda w rurach podczas silnego mrozu zamarznąć i spowodować pękanie rur. Bardzo praktyczne, aczkolwiek mało u nas jeszcze rozpowszechnione (znane najwięcej na zachodzie kraju) są mniejsze instalacje centralnego ogrzewania, t. j. obejmujące np. jedno mieszkanie lub willę. Centrala, t. j. piec główny znajduje się w kuchni, może być opalany we własnym domowym zarządzie, a gorąca woda rozchodzi się do kilku pieców, które są w domu.

Jest to godne polecenia i dlatego, że wówczas samemu kontroluje się ilość zużytego węgla, a nie jest się narażonym na niesumienną kalkulację zarządcy domu, ewentualne nadużycia ze strony polacza i t. p.

Ogrzewanie centralne opala się koksem, który należy przed paleniem *moczyć* i mieszać z pozostałemi z poprzedniego dnia niedopałkami, żużlem i t. p. Cały ten materjał doskonale się z nowym zapasem koksu żarzy i nie należy go marnować. Pozatem można spalać w takim piecu wszelkie odpadki i śmiecie.

Ogrzewanie centralne ma wielu przeciwników, którzy przedewszystkiem zarzucają mu działanie szkodliwe na narządy oddechowe, „suche powietrze“ i t. p. Istotnie, „suche powietrze“ odczuwa się nieraz w pokoju, ale jakaż tego przyczyna? Na radjatorach gromadzi się, podobnie jak i na innych przedmiotach, moc kurzu. Jeśli go nie zetrzemy przed rozgrzaniem, kurz wzbije się w powietrze i drażni naszą krtań.

Zamiast ten kurz połykać, i narzekać na zgubne działanie kaloryferów, ścierajmy kurze, i nie pozbawiajmy się, jeśli to tylko możliwe, takiej wygody. Drugi, również godny polecenia sposób, to ustawianie na radjatorach miseczek z wodą. Woda rozgrzana szybko paruje i nasyca powietrze, przez co nie odczuwa się, że jest suche.

Kształt radjatorów i wielkość ich nie są obojętne. Im większa powietrzchnia, tem więcej ciepła promieniuje, tem łatwiej i lepiej pokój się ogrzewa. Najczęściej widzimy u nas radjatory żeberkowe, a zakłady instalacyjne dobierają odpowiednią ilość żeberek do powierzchni ubikacji, która ma być ogrzewana. Radjatory powinny być gładkie, lakierowane lub pociągnięte nierdzewiejącą farbą (np. aluminjową) bez żadnych ozdób i nierówności, aby z łatwością można je ocierać z kurzu.

Często łączy się z ogrzewaniem centralnem wodnem *łazienki i krany do wody bieżącej*. Jest to zwyczaj godny zastosowania w każdym domu. Bieżąca woda gorąca w kuchni, łazience i pokojach

powinna wreszcie stać się u nas zwyczajem, a nie jak dotąd, luksusem, za który np. w hotelach i pensjonatach drogo się dopłaca.

Gdy już mowa i ogrzewaniu wody, wspomnę o innych urządzeniach do grzania jej. Przedewszystkiem piece *gazowe* (systemu Junkers i inne), które ogrzewają łazienki, a przez niezbyt kosztowne przeprowadzenie przewodów mogą zaopatrywać w wodę całe mieszkanie, lub nawet cały dom. Piece takie można nabywać w różnych wielkościach (najmniejsze, w rodzaju samowarków, które zagotowują 1 —2 litrów wody) większe piece łazienne, oraz duże kotły, które mogą zaopatrywać w gorącą wodę więcej ubikacyj. Jest to urządzenie niezbyt drogie a tak praktyczne i wygodne, że warto je w każdym domu zastosować.

Przy omawianiu ogrzewania zbiorników z wodą, dochodzimy do drugiej niezmiernie ważnej dziedziny gospodarstwa domowego, t. j. *gotowania i pieców kuchennych.*

I tu, podobnie jak przy omawianiu ogrzewania mieszkań, musimy się cofnąć do wszystkich możliwych urządzeń kuchni, jak kuchnia do drzewa i węgla (kamionkowa, kaflowa) na której gotowanie odbywa się według tych samych zasad, które warunkują oszczędne i skuteczne palenie w piecu. Warunkiem oszczędności paliwa na kuchni węglowej jest to, aby palenisko znajdowało się niezbyt głęboko pod płytą kuchenną. Im większa odległość płyty od paleniska, i rusztu, tem więcej opału taka kuchnia pożera.

Chcąc na kuchni węglowej gotować ekonomicznie, musimy obmyśleć, co na niej gotować zamierzamy. Potrawy, które wymagają silnego ognia, gotować na środku, te, które muszą się dusić czas dłuższy w miernem gorącu — po bokach płyty. Nie należy zapominać, że w kociołku, lub większem naczyniu można na kuchni zagrzać wodę do zmywania naczyń. Piec (zwany też bratturą) służy do pieczenia ciast i mięs (a nie do przechowywania szczotek i t. p., które przez zapomnienie można spalić).

O wiele wygodniejsze są w użyciu kuchnie gazowe, składające się z jednego lub kilku palników gazowych. Pierwsze modele kuchen gazowych były płytami, ogrzewanemi gazem. Dziś uległy znacznej modyfikacji. Zapala się te palniki, które są potrzebne, i ustawia na nich bezpośrednio naczynia. Dzisiejsze palniki gazowe są *oszczędnościowe*, posiadają bowiem płomień *Bunsenowski,* który powstaje przez spalanie się gazu z domieszką powietrza. Płomień taki ma charakterystyczny wygląd, gaz pali się spokojnie i bez szumu.

Główna zasada ekonomicznego gotowania na gazie to *utrzymywanie* kuchenki w idealnej czystości. Wszelkie ślady wykipienia należy nietylko zmywać z kuchenki, blachy pod nią i żeberek pierścienia, na którym ustawia się naczynia, ale oczyszczać *codziennie palnik,* rozbierając go na części.

Palnik czyści się szczotką drucianą, którą nabyć można we wszystkich składach gazowni. Gdy palnik jest zabity nieczystościami, gaz niedobrze się pali, wydaje niemiłą woń a naczynia są okopcone.

Drugi ważny punkt, warunek prosperowania kuchni gazowej, to *znajomość techniki gotowania na gazie.* Jest ona nieco inna niż przy gotowaniu na kuchni węglowej. Czas, potrzebny na gotowanie na gazie jest krótszy, niż na węglu. Nadto bardzo ekonomiczne, a mało zwykle stosowane, jest racjonalne wyzyskanie spalin gazowych. Mam na myśli gotowanie na „wieży" naczyń. Niedosyć, jeśli naczynie ustawimy na płomieniu gazowym. Możemy na niem ustawić drugie, w którem np. już się potrawa zagotowała. Wyższe naczynie zachowa nadal temperaturę wrzenia. Wreszcie w naczyniu 3-ciem, ustawionem na szczycie tej wieży, ogrzewać można wodę do zmywania naczyń do temp. 40 st.

Również nie należy pomijać możności regulowania płomienia. Do zagotowania się zawartości naczynia musimy palić *pełny płomień,* lecz natychmiast po zagotowaniu należy uregulować płomień do wielkości ziarnek grochu („mały płomień") gdyż palenie dużego płomienia, byłoby marnotrawstwem).

Dzisiejsze kuchnie gazowe można nabywać w rozmaitych wykonaniach (zależnie od ceny) i z różnemi urządzeniami. Są więc kuchnie z piecykami do pieczenia ciast i mięsa, z szafką do ogrzewania talerzy, można mieć ruszt i rożen do pieczenia na gazie w piecyku gazowym można też suszyć jarzyny, owoce i grzyby, przy odpowiedniej regulacji płomienia (minimalne zużycie gazu). Również sterylizowanie konserw na gazie (system Wecka „na sucho") jest bardzo praktyczne, o ile je starannie wykonywamy. W małych, najuboższych nawet gospodarstwach powinien znajdować się piecyk gazowy do pieczenia ciast, mięsa i t. p. Znany jest w handlu jako „Czarodziej" „Tlenofix" i t. p. Jest to naczynie aluminjowe, które ustawia się na palniku kuchenki i piecze w niem na „małym płomieniu". Jeżeli nabywa się piec na kuchenkę gazową, dostawca podaje dokładny opis obchodzenia się z nim, a instalator poucza praktycznie. Nadto urządzają gazownie kursy i wykłady, na których bezpłatnie zaznajamiają najszersze koła publiczności z aparatami gazowemi i innemi wynalazkami z zakresu gospodarstwa domowego.

O innych jeszcze udogodnieniach w zakresie gospodarstwa domowego będzie mowa w nast. wykł.

KUCHNIA WYKIWNTNA

PANI ELŻBIETA

Sosy gorące i zimne.

O sosach gorących, robionych na podstawie jasnej lub rumianej zaprażki z masła i mąki, mówiłam już w kuchni codziennej, to też teraz tylko przypominam, że aby sos taki się udał, należy go rozprowadzać płynem zimnym, gdyż czy to rosół, czy mleko, czy śmietanka dodawana do sosu na gorąco formują kluski. Roztarcie takich klusek jest trudne i taki, skawalony, sos trzeba przecierać przez sito.

Do wykwintnych sosów rzadko jednak używamy takiej zaprażki, zastępujemy ją zwykle żółtkami rozbitemi z paru łyżkami rosołu lub śmietanki, zależnie od rodzaju sosu. Żółtka wlewamy do przestudzonego sosu i ogrzewamy pilnie mieszając łyżką, lub ubijając trzepaczką aż do chwili gdy sos zacznie gęstnieć. Nie należy mu dać się zagotować, gdyż żółtka się zetną, a sos zwarzy.

Podstawą wykwintnych sosów są: smak wyduszony z mięsiw duszonych, smak, który powstaje na brytfannie z polewania pieczeni i soku jaki z tej pieczeni wypływa, bardzo mocny rosół, specjalny wywar, nazywany po francusku „fond de sauce".

Smaku z mięsa duszonego, lub pieczonego, używamy na sos po dokładnem zebraniu z niego wszelkiego tłuszczu. Także samo rosół powinien być zupełnie bez pozłoty. Ponieważ do zaprawiania sosów, czy to zaprażką, czy też żółtkami, używamy płynu zimnego, najłatwiej jest smak mięsny czy rosół ostudzić; tłuszcz skrzepnie i bardzo łatwo zdjąć się daje. Do zaprawy sosów należy używać masło tylko w najlepszym gatunku.

Wyżej wymieniony „fond de sauce" robimy z odpadków i obrzynków wszelkiego rodzaju mięs, drobiu, zwierzyny — przyczem najlepszym materjałem są obrzynki i kostki cielęce. Wszystkie te obrzynki i kości rumienimy w rondlu z bardzo małą ilością tłuszczu (tyle tylko aby się nie przypaliły). Dodajemy do nich kości i skórę z szynki lub innych wędlin. Następnie dusimy wolno, podlewając wodą aby zawsze były nią pokryte. Solić tego wywaru nie należy, natomiast dodać do niego wszelkiej włoszczyzny: marchewki, cebuli, pietruszki, porów, selerów i włoskiej kapusty, w ilości odpowiadającej ilości używanej do zwykłego rosołu. Listek, kilka ziarn pieprzu, ziela, parę goździków, parę gałązek koperku, kilka drobno pokrajanych pieczarek, wszystko to polepsza smak wywaru. Gdy obrzynki mięsa i włoszczyzna zupełnie na papkę się rozgotują, płyn cały zlewamy, resztki wyciskamy, wszystko cedzimy przez gęste sitko i zlewamy do kamiennego garnczka, w którym się zetnie na galaretę, którą na chłodzie przez pewien czas trzymać można. Parę łyżek takiej galarety używamy do sosów zamiast świeżego smaku mięsnego. Należy zeń tylko zebrać tłuszcz wszelki, co, po zastygnięciu, jest bardzo łatwo wykonalne. W ostatecznym razie możemy do zaprawy sosów używać suchego buljonu w bardzo dobrym gatunku, lub kostek buljonowych — tych ostatnich wyłącznie krajowego wyrobu i polskich firm — gdyż używając zagranicznych, szeroko się reklamujących, podcinamy młody przemysł krajowy.

Przy wielu daniach wykwintniejszych, szczególniej przy różnych mięsiwach duszonych, z jarzyn, korzeni i różnych przypraw, w których niemałą rolę gra i ocet i wino, w jakich te mięsiwa się marynowały, formuje się samo przez się wyborny sos, którego niczem zaprawiać nie należy, chyba bardzo dobrą, gęstą śmietaną, wkładaną w ostatniej chwili, aby się raz tylko zagotowała. Gotując się dłużej, śmietana, jak mówią kucharki „odskakuje", to jest dzieli się na tłuszcz i sernik, co nietylko zmienia smak sosu, robiąc go zbyt tłustym, lecz i bardzo nieapetycznie wygląda. Czasem się takim sosom nadaje zawiesistości przez wkruszenie do nich czarnego lub białego chleba, który się w sosie rozgotuje a następnie, przefasowuje się sos przez sito. W ogólności wszystkie sosy korzenne należy przed podaniem przefasować przez sito, poczem można je znowu rozgrzać w rondelku. Robi się to aby wszelkie korzenie i jarzyny nierozgotowane zupełnie pozostały na sicie, a sos został zupełnie gładki.

Sosy, po ostatecznem zaprawieniu, należy trzymać nie na blasze, lecz wstawić rondelki z sosami, dobrze przykryte w inne, większe naczynie z gorącą, lecz nie gotującą się wodą.

W kucharstwie takie przechowywanie sosów nazywa się „au bain Marie". W dobrze urządzonych kuchniach są specjalne, czworokątne, podłużne, blaszane naczynia, w których gorąca woda, zawsze czeka na rondelki z sosami.

Do wszystkich sosów przyrządzanych czy to na zaprawie mącznej, czy to z żółtkami, należy na chwilę przed podaniem dodać łyżeczkę od herbaty, najlepszego, śmietankowego masła, i już nie gotując, dobrze sos z niem wymięszać. Nadaje to sosom specjalnie delikatny smak, to, co Francuzi nazywają „du véloutė".

Każdy z sosów nawet najbardziej znanych i

w codziennej kuchni używanych, może się stać sosem wykwintnym, o ile go wykończymy staranniej, użyjemy doń zamiast mąki — żółtek, zamiast mleka śmietanki, zamiast masła kuchennego — masła deserowego. Kilkakrotne przecieranie i fasowanie sosów przez różne sitka i tkaniny, nadużywane przez wielu kucharzy jest zupełnie zbyteczne. Smaczny i dobrze przyprawiony sos powinien być tak gładki, że conajwyżej jedne przefasowanie go, dla usunięcia korzeni i resztek włoszczyzny, zupełnie wystarcza.

Nie mogąc tutaj podawać przepisów poszczególnych sosów, które słuchaczki znajdą w odpowiednich rozdziałach książek kucharskich, lub w mojej książeczce „Zupy i sosy“ (wydawn. „Bluszczu“, „Życie Praktyczne), zwrócę tylko uwagę tych pań specjalnie na kilka sposobów przyrządzania najbardziej typowych sosów wykwintniejszych.

W pierwszym więc rzędzie chodzi mi o sos holenderski, podawany do ryb gotowanych i do wykwintnych jarzyn: szparagów, denek karczochów, zimowych kalafiorów i t. p. Łatwiejszy sposób przyrządzania polega na zmięszaniu utartego na śmietanę masła, żółtek, niedużej ilości mąki, octu winnego lub soku cytrynowego, soli, łyżeczki cukru, odrobiny białego pieprzu i rosołu rybnego, lub mięsnego i ubijaniu całej masy trzepaczką na ogniu, aż do chwili gdy sos narośnie i smak surowej mąki zginie. Sos nie powinien się jednak zagotować gdyż żółtka zwarzyłyby się. Jednak nawet ta minimalna ilość mąki jest dla prawdziwych smakoszy niepożądana. Uważają oni, że sos holenderski jest gorszym odpowiednikiem sosu majonezowego, i swą gęstość tylko połączeniu żółtek z tłuszczem (w tym razie z masłem) zawdzięczać powinien. Należy więc wziąć nań sok wyciśnięty z bardzo dużej cytryny, lub dwie łyżki najlepszego, winnego octu, rozgrzać to i ostudzić. Następnie wbić w to dwa duże, świeże żółtka, łyżeczkę od kawy soli i tyleż cukru. Wstawić rondelek w większy rondel z gotującą się wodą i dodawać do tego, po kawałku najlepszego masła (kawałki rozmiaru włoskiego orzecha). Cały czas sos ubijać lub mocno ucierać aż wejdzie weń 20 do 25 deka najlepszego, śmietankowego masła. Powinien być gęsty, jak najgęstsza śmietana. Gdy gotów dodać doń odrobinę białego pieprzu dla zaostrzenia smaku.

Drugi sos, często źle wykonywany — to sos cebulowy „Soubise“, specjalnie używany do baranich kotletów. Chodzi w nim o to, aby cebule się nie gotowały lecz dusiły w maśle a jednak wcale niezrumieniły, co już należy tylko od uwagi i zdolności osoby gotującej. Zaprawia się go mąką i najgęstszą, lecz słodką śmietanką. Powinien być tak gęsty, aby nie spływał z łyżki. Jak do wszystkich jasnych sosów używa się doń białego pieprzu.

Na sos rakowy przygotowujemy raki, tak, jak mówiłam przy zupie rakowej. Zaprawiamy ten sos masłem z mąką, śmietaną młodą lub słodką śmietanką, dodajemy przy samym końcu, i raz z nią zagotowujemy. Dopiero do gotowego sosu wkładamy rakowe masło, jest to warunek konieczny, aby sos miał ładny, różowy kolor. Gdyby raki miały skorupy blade, co się czasem zdarza, należy sos oprócz rakowego masła podkolorować kroplą roślinnego karminu używanego w cukiernictwie. Jest to jednak środek ostateczny, gdyż wszelkie namiastki w kuchni nie są pożądane.

Należy pamiętać że nasz polski sos pomidorowy, obficie zaprawiany śmietaną, w kuchni wykwintniejszej wcale nie bywa stosowany. Czysty sos pomidorowy z dodatkiem korniszonów, kaparów, grzybków i oliwek jest znany pod nazwą sosu „à la russe“ i bywa podawany do ryb gotowanych a szczególniej do sandacza i do jesiotrzyny.

Sos rumiany zaprawiony maderą — jako sos maderowy używa się do polędwicy pieczonej, czasem do filetów, rumsztyków i t. p. Jeśli do tego sosu dodamy: pieczarek duszonych, trufli krajanych w paski, amoretek odgotowanych i pokrajanych w paski, oliwek, szyjek rakowych, grzebyków kogucich, szynki gotowanej, krajanej w cieniuchne paski, otrzymamy najwykwintniejszy sos „Financière“. Największa ilość tych dodatków jest pożądana, lecz nie wszystkie są konieczne. Sos ten służy jednocześnie za garnitur do mięs, do których się podaje: polędwicy, enrte-côte, filetów i t. p.

Sos holenderski z dodaniem paru łyżek uduszonych i przetartych pomidorów, czerwonego wina i kilku kropel ostrego sosu „Cabul“ lub „Worchester“ podaje się do ryb gotowanych pod nazwą sosu „Bordelaise“.

Wykwintny beszamel do polewania lub zapiekania mięs robimy, jak beszamel zwyczajny, tylko biorąc zamiast mleka słodką śmietankę, dodając do sosu utartego sera szwajcarskiego, i paru lub więcej roztartych ze śmietanką żółtek.

Jeżeli beszamel podajemy do mięs lub ryb jako sos a nie zapiekamy z nim tego mięsa lub ryby, wybornie smakuje z nim, do ryb: cienko pokrajane i podduszone w maśle pieczarki; do mięs: cieniuchno w paski pokrajana szynka. W obu wypadkach beszamel zaostrzamy odrobiną białego pieprzu.

Ostatniemi czasy bardzo wszedł w użycie, specjalnie do kaczek i pieczonej po angielsku wołowiny używany, sos „Orange“ (pomarańczowy). Robimy go dodając do rumianego sosu otartą na tarce skórkę pomarańczową i sok z tej pomarańczy. Poza tem doprawiamy ten sos do smaku sokiem cytrynowym, cukrem i pieprzem.

Sos „Poulette“ używany do mięs białych, drobiu i vol-au-vent, jest zwykłym sosem białym, na śmietance zamiast śmietany, zaprawionej żółtkami zamiast mąki i doprawiony sokiem cytrynowym.

Do sosów gorących należy też większość sosów owocowych i mlecznych, o których już mówiłam przy kuchni codziennej. Jedynie tylko sos winny „chaudeau“, po polsku powszechnie szodonem zwany, służy za dodatek do wykwintnych budyniów, owoców duszonych, a nawet czasem delikatnych jarzyn. Podaję tutaj przepis. Cztery do pięciu żółtek utrzeć ze szklanką cukru do zupełnej białości. Półtorej szklanki białego wina i nieduży kieliszek konjaku lub rumu zmięszać z utartemi żółtkami, przelać do rondelka i ogrzewać na ogniu, wciąż ubijając trzepaczką aż zgęstnieje i bardzo urośnie. Uważać aby się nie zagotował, bo żółtka się zwarzą. Zamiast rumu lub konjaku często się do tego sosu używa araku, kirszu, likierów: marasquino, abricotine, crème de thé, crème de mocca co ogromnie urozmaica jego smak.

Widzę jednak, że wybierając wykwintniejsze sosy gorące zapomniałam o jednym, stanowiącym jakby przejście od sosów gorących do zimnych, gdyż jednakowo na gorąco lub na zimno go podawać można. Używa się nań sosu uformowanego przy pieczeniu lub duszeniu zwierzyny: sarniny, jeleniny i dziczyzny. Sos taki zaprawiony do należytej gęstości mąką i śmietaną, przefasowujemy przez sito i na dwie szklanki takiego sosu dodajemy $^3/_4$ szklanki galarety porzeczkowej i zagotowujemy razem. Sos ten nosi nazwę sosu „Groseille“.

Zupełnie podobny do niego jest staropolski sos śliwkowy używany do pieczeni z dzika i zwykłej wieprzowej. Zamiast galarety z porzeczek zaprawiamy go powidłami śliwkowemi, lub powidłami z głogu, co też jest bardzo smaczne. Jeżeli podajemy sos groseille na zimno, to należy po ostudzeniu go zdjąć zeń jaknajdokładniej wszelki tłuszcz, dodać doń parę łyżek dobrej, aromatycznej madery i sos dobrze utrzeć z nią razem.

Zupełnie zimnym sosem jest uważany za najwykwintniejszy z zimnych sosów „Cumberland“ (czytaj Kumberland), podawany przedewszystkiem do zimnej baraniny, pozatem jednak stosowany do wszelkiego rodzaju zwierzyny, drobiu, zimnych mięs i pasztetów. Ponieważ pod jego nazwą nawet dobrzy kucharze podają jakieś niesamowicie ostre mięszaniny z borówkami, chrzanem i innemi ingredjencjami, podam oryginalny, angielski sposób jego przyrządzania, dosyć kosztowny, lecz mówimy przecież o kuchni wykwintnej. Pół szklanki galarety porzeczkowej, duży kieliszek dobrej madery lub portwejnu białego, utartą na tarce średniego rozmiaru cebulę, skórki otarte na tarce z cytryny i pomarańczy, sok z cytryny i dużej pomarańczy (najlepiej malinowej), łyżkę francuskiej lub angielskiej gotowej musztardy. Jako aromaty: trochę różanej, łagodnej papryki, imbieru tartego, białego pieprzu. Postawić wszystko na ogniu i mięszać aż się dobrze zagotuje. Gotować wolniutko pięć minut. Sos powinien być zupełnie gładki i po ostygnięciu dobrze zawiesisty. Podaje się zupełnie zimny.

Podstawą wszelkich innych zimnych sosów, jest sos majonezowy czysty, zwany z francuska „Provençale“ (czytaj prowansal). Robi się on z czystej oliwy i żółtka z sokiem cytrynowym. Na trzy żółtka użyć można do dwóch szklanek (pół litra), oliwy. Żółtka należy utrzeć na misce z łyżeczką soli i dużą łyżką najlepszego, winnego octu lub sokiem z dużej cytryny. Następnie można oliwę lać kroplami, wciąż ucierając masę, a gdy sos zgęstnieje, jak masło, dodać do smaku octu lub cytryny. Można też lać oliwę cieniuchną jak niteczka strugą mocno sos ubijając trzepaczką do kremu. Jeden i drugi sposób daje również dobre rezultaty. Po zużyciu całej ilości oliwy, doprawiamy sos do smaku cukrem lub pieprzem białym, czasem odrobiną suchej musztardy „Colemana“, rozprowadzamy paru łyżkami rybnego lub mięsnego rosołu, stosownie do tego, czy do ryb czy do mięsa ma być użyty i wynosimy na chłód. Zawsze powinien być bardzo gęsty, aby wzięty na łyżkę nie spływał z niej. Sos majonezowy jest dosyć grymaśny i czasem w robocie niespodzianie się warzy. Można go poprawić, wlewając doń łyżkę lub nawet cały kieliszek bardzo zimnej wody. Zresztą według nowszej teorji, zamiast go robić na chłodzie, kucharze robią go w misce wstawionej w naczynie z wodą gorącą, co podobno daje pewniejsze rezultaty.

Z takiego sosu majonezowego robimy sos tatarski, dodając doń korniszonów i kaparów usiekanych na masę, i chrzanu utartego na godzin parę przed dodaniem do sosu. Chrzan taki lekko osolony, posypany odrobiną cukru i skropiony octem, powinien stać czas jakiś w otwartem naczyniu, aby stracił zbytnią ostrość. Oprócz korniszonów i chrzanu można zaostrzyć sos tatarski większą ilością soku cytrynowego i pieprzu białego, lub też dodatkiem „Cabulu“ lub „Worchestera“.

Jeżeli zamiast korniszonów i chrzanu dodamy do sosu majonezowego żółtek z jaj na twardo gotowanych i doskonale roztartych, szczypiorku, koperku, estragonu jaknajdrobniej usiekanych i utłuczonych w moździerzu, będziemy mieli ziołowy sos „remoulade“.

Sos musztardowy, ostrzejszy otrzymamy, dodając do sosu majonezowego odpowiednią ilość suchej musztardy „Colemana“, gotowej musztardy angielskiej lub francuskiej i dobrze z nimi roztartych żółtek z jaj na twardo gotowanych. Od ilości

tych dodatków zależy stopień ostrości i gęstości sosu. Dodając do sosu musztardowego kaparów będziemy mieli sos kaparowy.

Nakoniec powiem słów kilka o zielonym sosie, włoskiej „salza verde“, który ostatnimi czasy wszedł w modę, wprowadzony przy jajach po wenecku (w galarecie) i zimnych rybach. Doskonale smakuje i ślicznie wygląda do pulardy i indyka na zimno. Dużą ilość szpinaku siekamy, następnie tłuczemy i wyciskamy zeń sok. Sok ten należy zagotować, przyczem gęsta zielona masa, tak zwany serek szpinakowy odstanie od płynu. Tym serkiem szpinakowym mocno podkolorowany sos majonezowy jest właśnie sosem zielonym „salza verde“.

GRUPA II. WYKŁAD 10.

LECZNICTWO DOMOWE

Dr. M. KŁOSIŃSKA.

Pielęgniarstwo.

Analiza. Analiza jako środek pomocniczy w leczeniu chorób o objawach pokrewnych innym schorzeniom organizmu, jako środek orjentacyjny pierwszorzędnej wagi, wnoszący światło w tak trudną nieraz dziedzinę pewnej diagnozy — bywa nietylko niedoceniana przez otoczenie chorego, ale niejednokrotnie traktowana, jak pewien rodzaj straszaka, który przejmuje grozą osoby nieuświadomione.

Otóż osobie pielęgnującej chorego nie wolno patrzeć na konieczność zrobienia analizy moczu, krwi, kału, czy plwocin, oczami rozszerzonemi grozą. Przeświadczenie, że z chorym musi już być *bardzo źle*, skoro lekarz kazał zrobić analizę to przeświadczenie błędne i należy z niem zerwać raz na zawsze.

Chcąc umotywować konieczność oswojenia się z analizą, tak ważną zarówno w czasie trwania choroby, jak i wczasie rekonwalescencji, postaram się wykazać jej doniosłe znaczenie.

Zacznijmy zatem od zastanowienia się kiedy i jakie analizy robić należy?

Na pytanie kiedy? nasuwa się odpowiedź: nietylko w obliczu choroby, ale w okresie rekonwalescencji, a nawet i wtedy kiedy dziecko, czy człowiek dorosły, pozornie zdrowi, niedomagają bez wyraźnej przyczyny.

Części składowe moczu; zmiany we krwi, tak bardzo przy wielu chorobach charakterystyczne; wyraźne wskaźniki rodzaju niedomagania narządów trawiennych, znajdujące się w kale; wreszcie prątki, ten nieomylny wskaźnik gruźlicy, jaki analiza wykazuje w plwocinie — oto dorobki analizy, zrobionej w porę, mogącej skierować kurację na racjonalne tory.

Analiza nie zawsze powinna być wynikiem badania lekarskiego; w wielu wypadkach wskazanem jest zrobienie analizy przed wezwaniem lekarza, aby w ten sposób, szczególnie w punktach oddalonych, do których lekarz dociera z pewną trudnością, nietylko oszczędzić czas i pieniądze, ale i przyspieszyć trafną diagnozę, która może nadać kuracji kierunek właściwy.

Mocz, kał i plwocinę można przesłać do analizy: *krew* musi być zbadana bezpośrednio po wzięciu przez lekarza, niezależnie od tego, czy wystarczy kropla krwi wzięta z palca zapomocą nakłucia, czy też okaże się konieczność wzięcia krwi z żyły.

Przesyłając mocz do analizy trzeba wziąć $^1/_8$ do $^1/_4$ litra moczu porannego (z nocy), zlać w butelkę, zakorkować ją mocno i zaopatrzyć w kartkę, na której wypisuje się imię i nazwisko chorego, oraz datę wzięcia moczu.

Do analizy oddawać mocz świeży, pamiętając o tem, że zarówno czas, jak i wpływ wysokiej temperatury mogą sprowadzić zmiany, które wpływają w następstwie na wadliwą orjentację lekarza.

Przyczyną zmian, wprowadzających niedokładności do analizy, bywa też niedostateczna czystość naczyń, w które mocz został oddany, lub zlany.

Kał przesyła się do analizy w niewielkich ilościach, zbierając go w słoik o szerokim wylocie, z dobrze dopasowaną przykrywką, lub w specjalną skrzyneczkę drewnianą przeznaczoną do przesyłania kału, którą dostać można w każdej dobrze zaopatrzonej aptece. Kartka z imieniem i nazwiskiem chorego, oraz z datą, jest nieodzowna.

Krew, jak już wyżej nadmieniłam, musi wziąć lekarz własnoręcznie, wskazówki są więc tutaj zbyteczne.

Plwocinę najlepiej zbierać w naczynie, w którem ma być przesłana do analizy, a więc w gruby, trudno podlegający stłuczeniu słoiczek porcelanowy, czy szklany, ze szczelną przykrywką. Na słoiczku powinna być przylepiona kartka ze wskazówkami: imię, nazwisko, adres chorego, data zebrania plwociny.

Zaopatrzenie naczyń z wydzielinami, przesyłanemi do analizy, w kartki, na których umieszcza-

my imię, nazwisko chorego i datę, jest nieodzowne ze względu na to, że w pracowniach bakterjologicznych, gdzie gromadzi się nieraz dziennie setki analiz, przy braku takiej kartki orjentacyjnej, mogłaby łatwo zajść pomyłka, powodująca niebezpieczne skutki.

Zabiegów takich, jak: *zastrzyki, bańki, inhalacje, pendzlowanie gardła* i t. p. trudno nauczyć martwem słowem, konieczne jest tutaj zademonstrowanie choć jeden raz na przykładzie sposobu wykonywania zabiegu. Każda z Pań łatwo może posiąść tę umiejętność, a przy wrodzonej rękom kobiecym zręczności i lekkości będzie mogła wkrótce wykonywać ją sprawnie. Łatwo zrozumieć, że opanowanie umiejętności, o jakich mowa, wchodzi w całokształt obowiązków dobrze przygotowanej do spełnienia swej roli pielęgniarki, a *przygotowaną pielęgniarką* musi być każda kobieta żona i matka.

A teraz zastanówmy się nad rolą pielęgniarki czuwającej przy łóżku chorego.

Rozpada się ona na trzy zasadnicze działy: obowiązków względem chorego: obowiązków względem samych siebie i obowiązków względem bliższego i dalszego otoczenia.

Obowiązkiem względem chorego jest przedewszystkiem jak najdrobiazgowsze spełnianie wszystkich wskazań lekarskich związanych z kuracją, a więc: punktualność w podawaniu lekarstw i wykonywaniu zabiegów; baczne obserwowanie przejawów choroby i komunikowanie ich lekarzowi; troskliwość niemająca jednak nic wspólnego z czułostkowem oszczędzaniem chwilowego zmęczenia, lub przelotnej przykrości, kosztem zaniedbania tego co wykonać w danej chwili należy np. zmiany kompresu, zrobienia zastrzyku, podania niesmacznego lekarstwa i t. p.

Przy pielęgnowaniu chorego systematyczna drobiazgowość, pilnowanie godzin, a nawet minut, to nie pedanterja i przesada, to czysta sumienna robota, która prowadzi do dodatnich wyników kuracji.

Zdarza się nieraz, że cały wynik uciążliwej i kosztownej kuracji przepada z powodu zbagatelizowania wskazań lekarza: zaprzestania mierzenia temperatury, zbyt wczesnego wstania, czy wyjścia na powietrze, przekroczenia diety i t. p.

Jakże częstym bywa objaw fanatycznej wiary w nieomylność lekarza, dopóki choremu grozi niebezpieczeństwo, z chwilą gdy niebezpieczeństwo minie, a chory powracać zacznie do sił i zdrowia zaczynamy uważać wiele rzeczy za przesadę, chociaż dopiero co odnosiliśmy się do nich z pełnem zaufaniem i posłuchem. To wyzwolenie się z pod władzy lekarza następuje zwykle z chwilą, gdy spadnie temperatura; nieuświadomieni uważają bowiem, że rtęć, nie przekraczająca normy, to najjaskrawszy dowód kompletnego wyzdrowienia.

Tymczasem rekonwalescencja otoczona umiejętną, pieczołowitą i planową opieką, jest niemal że najodpowiedzialniejszym okresem, dla pielęgniarki, bo podczas choroby osobą pielęgnującą kieruje lekarz, wystarczy go słuchać i wykonywać jego zlecenia, a nad rekonwalescencją trzeba czuwać z intuicją, bacznie obserwować i podchwytywać zmiany, nie bagatelizując najdrobniejszych objawów, a jednocześnie wystrzegać się przesady, która zmienia pacjenta w nieszczęśliwego, umęczonego nadmiarem troskliwości, niewolnika.

Umiejętne zespolenie starań dokoła potrzeb fizycznych i moralnych chorego, to znaczy: z jednej strony jaknajzapobiegliwsza pielęgnacja, z drugiej wyrobienie w nim cierpliwości, posłuszeństwa, zrozumienia, że przykre nieraz zabiegi przyniosą mu ulgę i przyspieszą wyzdrowienie, umiejętność wzbudzenia zaufania do rąk i serca osoby pielęgnującej — składają się dopiero na całokształt idealnego pielęgniarstwa.

A teraz przejdźmy do obowiązków pielęgniarki względem samej siebie i otoczenia. W imię dobra chorego i dobra własnego, osoba pielęgnująca musi szczędzić w miarę możności swe siły. Jeżeli spędza noce bezsennie, powinna obowiązkowo przespać się kilka godzin w ciągu dnia, w pokoju, do którego nie dochodzą żadne odgłosy z pokoju chorego, pozostającego przez ten czas pod czyjąś opieką; pielęgniarka powinna odżywiać się normalnie, jednak nie przeciążać organizmu zbyt ciężkiemi daniami: obowiązkowo wychodzić codziennie, chociaż na pół godziny na świeże powietrze, zażywając zdrowego ruchu. Tylko w ten sposób zdoła zachować równowagę duchową, której brak pozbawi ją najsilniejszej broni — opanowania sytuacji i wiary w dobre wyniki, a osoba pielęgnująca chorego musi wierzyć, że zdoła osłonić go przed niebezpieczeństwem, w ten sposób tylko wytworzy dokoła chorego i samej siebie atmosferę sprzyjającą zwyciężeniu choroby.

Pielęgnując w domu kogoś dotkniętego chorobą zakaźną, bierzemy na siebie podwójną odpowiedzialność: odpowiedzialność jaka obciąża zawsze pielęgniarkę i odpowiedzialność za zdrowie reszty domowników.

Chcąc zapobiec szerzeniu się zarazy, trzeba przedewszystkiem, aby osoba pielęgnująca przestrzegała drobiazgowej czystości i umiejętnie odseparowała pokój i naczynia używane przez chorego, od reszty mieszkania i naczyń, jakiemi posiłkują się zdrowi. Jeżeli musi komunikować się z domownikami, powinna za każdym razem, kiedy wychodzi z pokoju chorego, myć starannie ręce, zdejmować fartuch, jakim okrywa suknię i czepeczek osłaniający włosy.

Wychodząc na miasto powinna umyć się starannie, dodając do wody łagodny środek dezyn-

fekcyjny ;zmienić bieliznę i ubranie na świeże, nieprzechowywane w pokoju chorego, a po powrocie do domu przebrać się znów całkowicie przed zetknięciem z chorym.

Jednym z zasadniczych warunków spokojnego spełniania obowiązków przy chorym, jest zrobienie przez osobę pielęgnującą rannej tualety, natychmiast po wstaniu — przed rozpoczęciem jakichkolwiek starań dokoła chorego; w przeciwnym razie kończy się zwykle na tem, że na porządne umycie, czy wykąpanie się, uczesanie, ubranie nie starcza czasu, a jednak pielęgniarka powinna dbać o nienaganną czystość i estetyczny wygląd zarówno z punktu widzenia higjeny, jak samopoczucia własnego i oddziaływania na otoczenie.

Jeszcze jeden obowiązek ciąży na pani domu, która zmuszona okolicznościami wzięła na siebie rolę pielęgniarki, poświęcając nieomal wszystkie godziny dnia i nocy choremu, a mianowicie: nie wolno jej zaniedbywać domu; musi znaleźć chwilę czasu na puszczenie w ruch maszyny, która, jeżeli jest prawidłowo zmontowana, będzie już funkcjonowała sama. To, że w domu mamy chorego, nie usprawiedliwia ani chaosu, ani nieładu, ani też zaniedbywania elementarnych potrzeb reszty domowników.

GRUPA XIV. WYKŁAD 8.

PRZECHOWYWANIE WARZYW

ZOFJA WRÓBLEWSKA.

Przechowanie. W niniejszym wykładzie postaram się dać możliwie krótkie i jasne wskazówki, przechodząc kolejno sposoby przechowywania poszczególnych grup warzyw.

Przechowując warzywa musimy pamiętać, że mamy do czynienia z organizmem żywym, który podlega zarówno chorobom. jak i szkodnikom i ma swoje wymagania odpowiednio reagując na lepsze lub gorsze ich zaspokojenie. Do przechowania nadają się warzywa zdrowe, niepokaleczone, nienadtłuczone i dojrzałe, zebrane w suchy, pogodny dzień.

Dobroć warzyw przechowywanych zależy w dużej mierze od sposobów i umiejętności przechowywania.

Sposobów przechowywania mamy kilka. Bardziej lub mniej kłopotliwe, lepsze lub gorsze dla danego rodzaju warzyw. Wybór zależeć będzie od tego, kto te warzywa posiada i w jakiej ilości.

Bezwzględnie najłatwiejszym i najlepszym sposobem będzie przechowywanie warzyw w piwnicach — poza tem możemy je przechować zupełnie dobrze w kopcach, dołach, a nawet w specjalnie budowanych szopach (np. kapustę lub cebulę traktując plantacje i przechowanie jako dużą produkcję).

Piwnica. Do przechowania warzyw nadaje się każda piwnica, w której woda zaskórna niepodsiąka i w której można utrzymać mniejwięcej równą temperaturę (około plus 4 st. do plus 5 st. C.). wietrząc w miarę potrzeby.

Przed wniesieniem warzyw należy piwnicę wybielić wapnem. z dodatkiem siarczanu miedzi — ziemię dokładnie zeskrobać, śmieci wynieść i nawieźć świeżego czystego piasku. Poczem zamknąwszy szczelnie okna i drzwi wydezynfekować, spalając siarkę na rozżarzonych węglach. Wszystkie te zabiegi mają na celu zniszczenie zarodków pasorzytów, oraz zarodników pleśni i zgnilizny.

Dołki. Kto nie ma piwnicy może zupełnie dobrze przechować warzywa umieszczając je w specjalnie do tego celu wykopanych dołach, będzie to coś w rodzaju „dołków“ — „ziemianek“, w których po wsiach przechowują ziemniaki.

Dołki takie robimy w ziemi dobrze przepuszczalnej w takiem miejscu gdzie woda zaskórna niepodsiąka.

Kopce-doły. W kopcach lub dołach przechowujemy warzywa również zupełnie dobrze — stosując te sposoby przy większej ilości warzyw. Obydwa jednak te sposoby wymagają już pewnej umiejętności i wprawy.

1) WARZYWA KORZENIOWE.

Buraczki ćwikłowe zsypujemy w piwnicy na niewysokie kupki. Jeżeli piwnica jest b. sucha dobrze jest przysypać buraki piaskiem, aby nie więdły. Buraczki przechowują się b. dobrze — naturalnie o ile były wybrane same zdrowe, niepokaleczone, niepopękane i nieobite.

Marchew należy do warzyw najtrudniej się przechowujących. Bardzo wrażliwa jest na podnoszenie się zbytnie temperatury — najlepiej trzymać ją w temperaturze plus 3 do plus 4 st. C. Przechowaną marchew w piwnicy musimy podczas zimy kontrolować kilkakrotnie odrzucając starannie nadgniłą.

Marchew przesypujemy piaskiem, układając ją warstwami — tak by korzonki nie dotykały się wzajemnie. Warstw dajemy kilka najwyżej do

40 cm. wysokości. Piasek powinien być nie bardzo wilgotny.

Większe ilości marchwi przechowujemy w dołach. Należy baczyć tylko by miejsce wybrane na dół taki nie było podmokłe.

Pietruszka w przechowaniu jest bardzo łatwa. Możemy ją dołować w piwnicy, „dołku“, bądź w kopcach, a niektóre odmiany jak „Holenderska długa“, pozostawiamy nawet niewykopaną w gruncie, gdzie pod śniegiem zimuje b. dobrze. Ponieważ pietruszkę lubią myszy, należy więc taką pozostawioną w gruncie, zwłaszcza w ogrodach amatorskich, przykryć iglami sosnowemi lub gałązkami jałowca.

W piwnicy lub dołkach musimy pietruszkę przesypywać piaskiem. Układamy ją w ten sposób by główki wystawały z piasku. Pozostawione młode listeczki, będą rosły i dadzą zimą zieloną przyprawę. Aby wyzyskać jaknalepiej miejsce w piwnicy, formujemy z pietruszki wysokie półokrągłe kopce lub piramidy bądź przy ścianie, bądź pośrodku piwnicy.

Scorconera i salsefja mogą być przechowane w piwnicy lub pozostawione w gruncie. W piwnicy musimy je przysypywać dobrze zwilżonym piaskiem, układając jak pietruszkę. W czasie zimy kilkakrotnie piasek podlewać, gdyż trzymane w suchym piasku korzonki tych jarzyn więdną, stają się twarde, łykowate i niezdatne do użytku.

Pozostawione w gruncie na zagonie, aby móc je wykopywać zimą, przykrywamy łęcinami lub słomą, albo co jest najlepszem gałązkami jałowca, który obroni je od myszy.

2. WARZYWA KAPUSTNE.

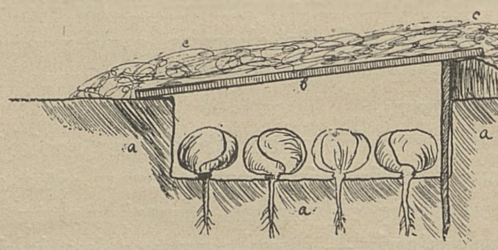
Kapusty. Sposobów przechowania kapusty mamy kilka. Najprostszy, pozwalający dotrzymać świeżą kapustę do Bożego Narodzenia, jest to układanie główek na półkach w chłodnej piwnicy. Zdrowe, średniej wielkości, zbite, twarde główki obrane z najbardziej zewnętrznych zielonych liści (głąb obcinamy na 2 — 3 cm. poniżej główki) układamy na półkach, tak by się wzajemnie nie dotykały.

Drugi sposób to wieszanie w piwnicy na sznurze główek kapusty za korzenie, pozostawiając między główkami parocentymetrowe odległości. Mogą w ten sposób zawieszone dotrwać do wiosny.

Trzeci sposób to dołowanie kapusty w piasku w chłodnej piwnicy, lub w dołach w gruncie.

W piwnicy sypiemy wał z piasku i sadzimy rzędami kapustę po same główki odbiskając dokładnie piasek. Główki nie powinny wzajemnie się dotykać.

Dołując w gruncie kopiemy dół w ziemi na 40 — 50 cm. głębokości. Szerokość mniejwięcej



Dołowanie kapusty: a — ziemia; b — deska; c — słoma.

120 — 150 cm. długość dowolna — zależna od ilości przeznaczonej do dołowania kapusty.

Na dnie takiego dołu sadzimy kapustę, wybierając głowy twarde, średniej wielkości. — Listki zielone przylegające do główki pozostawiamy, gdyż one chronią je od gnicia.

Gdy nadejdą przymrozki, robimy nad dołem rusztowanie z grubych kołków, gałęzi lub desek — układając je na płask, lub lepiej daszkowato i nakrywamy grubą warstwą słomy lub łęcin, następnie sypiemy ziemię, którą starannie uklepujemy szpadlem.

W czasie zimy podczas odwilży należy kapustę miejscami odkrywać i przewietrzać.

W dobrze przepuszczalnej ziemi jak np. piaszczystej możemy posadzoną w powyżej opisany sposób kapustę wprost przysypać ziemią (można też kapustę układać korzonkami do góry). Gdy nadejdą silniejsze mrozy przykrywamy lekko łęcinami, słomą, nawozem słomiastym i t. p.

Kalarepę na zimę wykopujemy z korzeniami, oczyszczamy z bocznych listków przez ich wyłamanie i dołujemy jak kapustę bądź w piwnicy w piasku, bądź w dołach w gruncie.

Brukselka jest ze wszystkich warzyw tej grupy najłatwiejsza do przechowania, gdyż jest najmniej wrażliwa na mróz. Do przechowania wyjmujemy ją z korzeniami, oczyszczamy z bocznych listków i dołujemy w piwnicy, „dołkach“ lub dołach w gruncie, jak kapustę zwykłą. Brukselkę możemy też dołować na powierzchni ziemi w zacisznem miejscu naszego ogródka. Układamy ją wtedy pochyło — przysypując korzenie ziemią i dobrze je obciskając. Za nadejściem mrozów przykrywamy gałązkami z drzew iglastych, łęcinami, słomą i t. p. W zimie, w miarę potrzeby, usuwamy nakrycie i wybieramy brukselkę do konsumcji.

Kalafiory możemy przechować najwyżej do połowy zimy. Na przechowanie zimowe wybieramy odmiany późne. Przed mrozami wykopujemy kalafiory (które na jesieni nie wytworzyły róż) z bryłą ziemi i dołujemy w piasku w chłodnej piwnicy, lub w skrzyniach inspektowych specjalnie ustawionych i zabezpieczonych od mrozu.

W piwnicy sadzimy jak kapustę, po posadzeniu podlewamy. Skrzynie inspektowe do dołowania kalafiorów układamy jedna na drugiej, boki

zaś obkładamy nawozem lub liśćmi. Po posadzeniu kalafiorów podlewamy je i nakrywamy oknami. W skrzyniach takich kalafiory rosną dalej, wykształcając róże, zupełnie zdrowe, świeże i smaczne. W dzień musimy nieco okna unosić dla przewietrzenia, na noc okrywać matami.

Doskonale wytrzymują do silnych mrozów, później możemy mieć kalafiory z piwnicy.

Warzywa rzepowate. Z grupy tej jako warzywa zimowe przechowujemy tylko *brukiew i rzodkiew?* Przechowujemy je w piwnicy jak buraczki ćwiklowe, lub w kopcach. Nakrywamy kopce słabiej, gdyż brukiew nie znosi wysokiej temperatury, w której zagniwa.

WARZYWA CEBULOWE.

Cebula. Na przechowanie cebuli nadają się puste nieopalane pokoje, składy, strychy. Najczęściej przechowujemy cebulę na strychu domu mieszkalnego zarówno dla domowego użytku jak i w celu handlowym.

Zupełnie zdrową i dobrze przesuszoną cebulę przenosimy na strych i układamy cienką warstwą, by jeszcze lepiej wyschła. Gdy nadejdą mrozy zgarniamy ją delikatnie na kupki i przykrywamy matami lub słomą. W czasie odwilży trzeba częściowo okrycie usunąć.

Cebula nawet lekko przemarznięta nie psuje się o ile nie będziemy jej wtedy ruszali. Odmarznie i będzie zupełnie dobra do użytku. Na wiosnę tylko cebula taka wcześniej przerasta.

Małe ilości cebuli najlepiej jest splatać w cienkie warkocze ze słomy i zawiesić w suchych wolnych od mrozu miejscach.

Czosnek zimujemy jak cebulę.

Pory na zimę bądź pozostawiamy w gruncie, niewykopane, lub dołujemy w piasku w piwnicy lub wprost w gruncie. Dołując w gruncie kopiemy rowek, układamy rząd porów, przysypujemy następnym sztychem ziemi i znów dajemy pory i t. d. Za nadejściem mrozów przykrywamy gałązkami jałowca, słomą, łęcinami i t. p.

SAŁATY.

Sałata głowiasta. Późną odmianę sałaty tak zwaną „zimową" możemy przechować świeżą. aż do większych mrozów. Wysianą, w sierpniu lub na początku września, sałatę wysadzamy na zagonku o możliwie najcieplejszej wystawie np. pod parkanem południowym. Gdy zaczną się przymrozki przykrywamy sałatę słomą lub łęcinami. Można też na taki zagonek postawić skrzynię inspektową, boki obłożyć słomą, lub nawozem. nakryć oknami, a na noc i w czasie większych mrozów matami.

Endywja. Niezużytą na jesieni endywję wyjmujemy z bryłą ziemi, listki wiążemy w pęczek i przenosimy do piwnicy, gdzie dołujemy ją w piasku.

Można też na zagonek z endywją postawić skrzynię inspektową — boki obłożyć świeżym nawozem i nakryć oknami. Listki związujemy w pęczki. Trzymać trzeba sucho, bo łatwo gnije.

Zwiększając stopniowo nakrycie możemy mieć świeżą endywję, aż do większych mrozów, później będziemy brać z piwnicy.

Roszponka wysiana na jesieni zimuje pod śniegiem, dając zimą świeżą wyborną sałatę. By ułatwić sobie zbieranie zimą roszponki stawiamy na zagonku opróżnioną skrzynię inspektową i nakrywamy ją deskami na które rzucamy trochę słomy lub łęcin.

Cykorja sałatowa Brukselska — Witloof. Wykopane na jesieni korzenie cykorji tej przechowujemy w piwnicy w piasku — biorąc w miarę potrzeby do pędzenia. Pędzenie samo wykonywujemy w następujący sposób. W zacisznym i słonecznem miejscu naszego ogródka kopiemy dół na 15—20 cm. głęboki — szeroki od 40 cm. — 1 m. (dowolnie). Długość zależna od ilości cykorji. Dno dołu przekopujemy szpadlem i sadzimy w tak przygotowanym zagonku korzenie cykorji dając co 10 cm. rząd od rzędu i co 2 — 3 cm. korzonek od korzonka. Sadzimy korzenie, aż po same wierzchołki. Poczem dół wypełniamy piaskiem, lub pulchną ziemią ogrodową i nakrywamy warstwą ciepłego końskiego nawozu około 40 — 60 cm. grubości — następnie dajemy warstwę słomy lub łęcin. Pod wpływem wydzielającego się ciepła z nawozu, cykorja zacznie rosnąć, dając ścisły, twardy pąk zupełnie pozbawiony zieleni. Po miesiącu możemy przystąpić do zbioru, wyjmując w miarę potrzeby korzenie z pąkami.

Chrzan na zimową konsumcję dołujemy w piasku w piwnicy lub w gruncie. Dołując w gruncie przykrywamy grubo słomą lub łęcinami by ziemia nie zamarzała.

Sposób ułożenia korzeni jest zupełnie obojętny — byle korzonki były posypane ziemią.

Kardy z siewu majowego możemy przechować



Dołowanie cykorji: a — ziemia: b — piasek; c — warstwa nawozu końskiego; d — słoma, łęciny, lub liście.

i na zimę. Wykopane wraz z bryłą korzeniową przed mrozami (czułe są b. na mróz) krzaki dołujemy jak kalafiory w piwnicy lub skrzyni inspektowej. Pod przykryciem matami lub w ciemnej piwnicy kardy wybiela się bez wiązania (związane łatwo zagniwają) i będą dobre do użycia.

Bulwa. Na spożycie zimowe wykopujemy bulwę po pierwszych silniejszych przymrozkach — gdyż wtedy dopiero jest smaczniejsza i przechowujemy w piwnicy w piasku. Radziłabym jednak pozostawić większość bulwy, niewykopaną — aby przezimowała w gruncie. Na wiosnę będziemy mieli doskonałą jarzynę, gdyż bulwy w ziemi nie marzną, a pod wpływem mrozu zapasy pokarmowe nagromadzone w jesieni przechodzą w cukier nadając bulwie delikatny słodkawy smak.

———————

W wykładzie niniejszym podałam w możliwie krótkiej formie różne sposoby przechowywania warzyw w stanie świeżym.

Obszerniejsze wskazówki znajdą czytelniczki w książeczce pod tytułem: „Zbiór i przechowanie owoców i warzyw" — wydawnictwo „Życie praktyczne".

GRUPA XIV. WYKŁAD 1.

HODOWLA GOŁĘBI

LUDWIKA MOCZARSKA.

Podział gołębi na typy użytkowe i rasy. Gołębie wogóle dzielimy na użytkowe i amatorskie, gołębie zaś użytkowe na lotne i mięsne, a amatorskie na ozdobne oraz o locie pokazowym.

Lotnemi są gołębie pocztowe, oddające nieocenione usługi w czasie wojny, mięsnemi — gołębie polne (polasy albo polusy), gołębie rzymskie, olbrzymy polskie, kaliny i rysie. Dostarczają one smacznego i nader pożywnego mięsa, nie dającego się niczem innem zastąpić w żywieniu rekonwalescentów.

Do ras ozdobnych zaliczamy: pięknopióre pawiki, mewki, barwnogłówki, murzyny, srebrniaki i karjery, pięknie nadymające się garłacze oraz drobniutkie karzełki. Mają one wartość tylko dla amatorów i są przez nich kupowane nieraz po bardzo wysokich cenach. Jeszcze więcej zapalonych zwolenników miewają gołębie amatorskie o locie pokazowym, a zatem koziołkujące czyli młynkujące w locie t. zw. wywrotki, a także gołębie o locie strzelistym.

Wybór jednego z czterech głównych kierunków hodowlanych zależy od zamiłowania i zasobów pieniężnych hodowcy. Należy jednak zwracać uwagę na to, by w tym samym gołębniku nie hodować ras rosłych i silnych, zwykle wybitnie wojowniczych, z rasami drobnemi lub bardzo pięknie upierzonemi, gdyż będą one stale odpędzane od jedzenia, bite i poniewierane.

Gołębnik. Gołębnik powinien być wybudowany w ten sposób, by można było wygodnie do niego wchodzić. Na ten cel najlepiej nadają się strychy domów mieszkalnych lub budynków gospodarskich. Trzymanie gołębi w jednem pomieszczeniu z innym drobiem, lub innemi zwierzętami gospodarskiemi nie jest wskazane, gdyż gołębie zanieczyszczają współmieszkańców i ich paszę.

Gołębniki dawnego typu, umieszczone na wysokim słupie, dobrze chronią gołębie od szkodników, nie są jednak praktyczne, gdyż są trudne do obsłużenia i kontroli nad gołębiami, a przytem trudno uchronić gołębie od przeciągów, bardzo szkodliwych dla młodzieży. Gołębniki takie stosuje się tylko w hodowli półdzikiej.

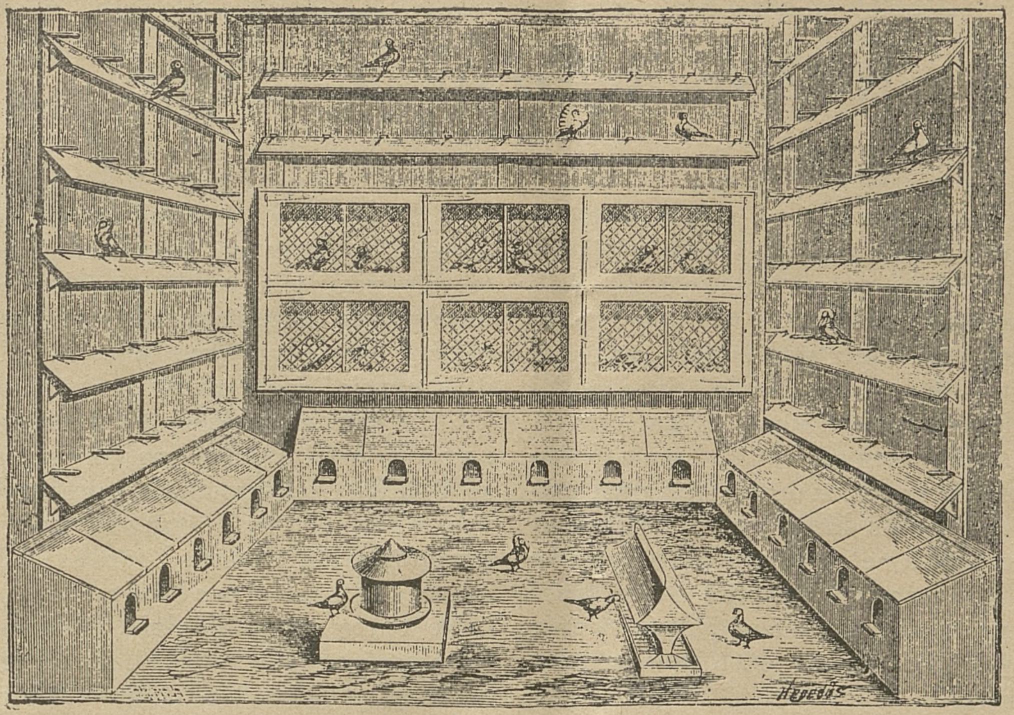
Przeznaczając część strychu dla gołębi, należy go starannie odgrodzić deskami, nie zostawiając żadnych otworów ani szpar, aby uniemożliwić dostanie się do gołębi szkodników, jak koty, szczury lub muszy. Miejsca, któremi mogłyby się do gołębnika dostać gryzonie, należy obić blachą lub siatką. Również należy dbać o uszczelnienie dachu nad gołębnikiem, gdyż zaciekanie wody jest zabójcze dla gołębi.

Cały gołębnik, a szczególnie ściany, podłoga i gniazda, powinny być co kilka tygodni bielone wapnem świeżo gaszonem dla zabicia pasorzytów i chorobotwórczych drobnoustrojów.

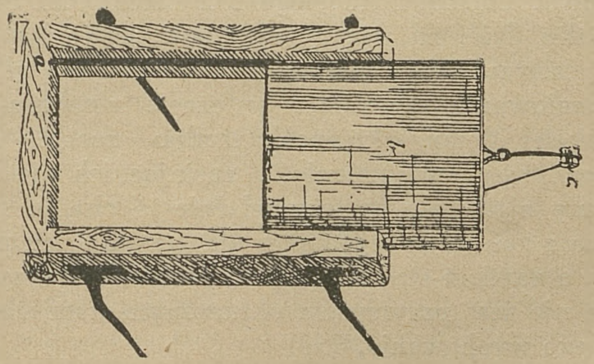
Drzwi gołębnika powinny być otwierane na zewnątrz i zaopatrzone w dość wysoki próg, żeby chwytany na podłodze gołąb wrazie ich niedomknięcia nie wyślizgnął się przez pozostawioną szparę.

Wyloty. W każdym oddziale gołębnika powinno być kilka wylotów, aby wlatujące i wylatujące gołębie nie przeszkadzały sobie wzajemnie. Wszystkie wyloty muszą być w jednej ścianie, najlepiej od południa lub od wschodu: dla ras lotnych, narażonych na późne powroty, wyloty powinny być robione od zachodu.

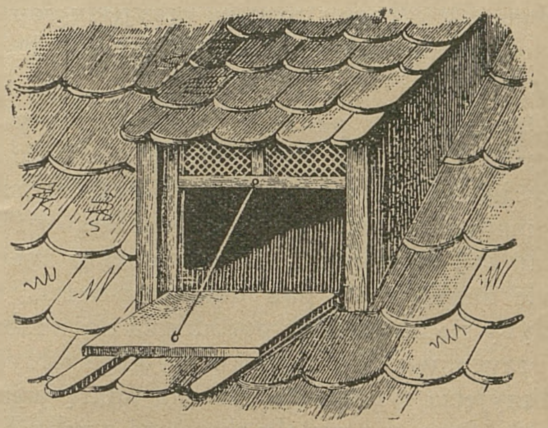
Każdy wylot powinien mieć oddzielną zasuwkę, ażeby umożliwić zmniejszenie liczby otworów



Wzorowy gołębnik w jednej z handlowych hodowli angielskich



Wyloty w gołębniku trzeba zaopatrzyć dobrze funkcjonującemi zasuwami.



W oknach niezbędna jest gęsta siatka druciana.

podczas zimna i wogóle zamykanie gołębnika według woli hodowcy; prócz zasuwy lub klapy każdy otwór w gołębniku powinien być zaopatrzony w t. zw. stożki t. j. zwisające druty, ustępujące w stronę gołębnika, a opierające się gołębiowi, któryby chciałby się wydostać z gołębnika, gdy stożki są opuszczone. Przeciwnie gołębie, powracające do gołębnika, swobodnie mogą się dostawać do wewnątrz przez opuszczone stożki. Przed każdym wylotem umieszczamy deseczkę lub lepiej jeszcze drabinkę, na której siadają powracające gołębie.

Bardzo korzystnie jest zbudować przed każdym wylotem niewielką klatkę z siatki, obramować deseczkami, które są niezbędne dla uchronienia gołębi od obijania się o druty. Klatka musi być tak zbudowana, żeby ją z łatwością można było otwierać, zamykać i czyścić. Z takiej klatki gołębie młode, lub świeżo nabyte, uczą się poznawać okolicę własnego gołębnika.

Półki i gniazda. Wewnątrz gołębnika wzdłuż ścian budujemy gniazda t. j. umieszczamy półki, obudowane zgóry i stosownie poprzegradzane, a od przodu zasłonięte deską z okrągłemi otworami, odpowiadającemi każdemu gniazdu. Tak obudowane gniazda zabezpieczają najlepsze wylęgi, chronią bowiem gniazda od wszelkiego rozboju. Jeżeli budujemy gniazda piętrowe, pod każdym otworem gniazda wyższego piętra, powinna być mała deseczka, osłaniająca niższe gniazdo od zanieczyszczenia.

Prócz gniazd w gołębniku powinny być grzędy, zaopatrzone w deski podrzędne, dla gromadzenia kału.

RÓŻNE RODZAJE PRZYJĘĆ

WANDA DOBRZAŃSKA.

W okresie jaki przeżywamy, reprezentacyjne przyjęcia są coraz rzadszym przejawem życia towarzyskiego. Składają się na to: obniżenie skali dochodów; szczupłość mieszkań, a wreszcie i to, że wyzwoliliśmy się wreszcie z pod terroru pozorów. dla podtrzymania których składało się dawniej tyle ofiar na ołtarzu życia towarzyskiego.

„Zastaw się, a postaw się“ to maksyma, która rządziła nami długie wieki. Szanujący się dom musiał wydać w ciągu roku kilka przyjęć reprezentacyjnych, uwzględniając w pierwszym rzędzie: Święta Bożego Narodzenia i Wielkiej Nocy, imieniny pani i pana domu, chociażby jeden wieczór tańcujący w ciągu karnawału i jeden raut w okresie wielkiego postu.

Ile to przyczyniało trudu i ile kosztu o tem lepiej zamilczeć. Ale co ważniejsze to, że gdyby zapraszający i zaproszeni mogli zdobyć się na szczerość, w wielu wypadkach okazałoby się, że zarówno jedna, jak i druga strona po przyjęciu oddychała z poczuciem ulgi, dziękując Bogu, że już jest po wszystkiem .

Dzisiaj kiedy punkt ciężkości przechyla się ku zagadnieniom pracy zarobkowej zarówno mężczyzny, jak i kobiety, przyjęcie, w klasycznem tego słowa znaczeniu, z całym aparatem zabiegów i przygotowań jest tak poważnym wyłomem w życiu, że niewiele znajdzie się pań domu-bohaterek, które zdobyłyby się na wysiłek pogodzenia dnia roboczego z przygotowaniami, jakich wymaga przyjęcie.

Przyjęcia reprezentacyjne na miarę wystawnych zakrojone, nie zostały skreślone z rubryki życia towarzyskiego, jednakże przestały być miarą dobrego tonu, czemś obowiązującem, brak czego degraduje ludzi w hierarchji towarzyskiej. Pozostawiamy je osobom stojącym na stanowiskach, które nakładają pewne reprezentacyjne obowiązki, lub ludziom o wysokiem uposażeniu, posiadającym wystarczającą ilościowo i wyszkoloną służbę, która odciąża ich z konieczności ponoszenia ciężaru osobistych zabiegów i przygotowań.

Nie znaczy to bynajmniej, aby życie towarzyskie nie mogło znaleźć ujścia jeżeli nie posiadamy salonu, pięknej zastawy, bogatych serwisów i materjalnych środków pozwalających na zastawienie stołu jadalnego wykwintnemi daniami.

Przyjęcie nie polega dzisiaj na *pokazaniu* swoich wielostronnych możności, a na zgromadzeniu w swoim domu grona osób miłych, którym staramy się stworzyć warunki sprzyjające dobremu samopoczuciu.

Ponieważ o życiu towarzyskiem, jako takiem mówić będziemy na innem miejscu, tutaj rozpatrzymy przyjęcia tylko z punktu widzenia organizacyjnego, zaczynając od najwygodniejszej i najmilszej formy przyjmowania — od tak zwanego dnia przyjęć oznaczonego przez panią domu.

Wyznaczając dzień przyjęć stwarzamy zarówno sobie, jak i naszym znajomym platformę łatwego i miłego porozumienia towarzyskiego. Przedewszystkiem obydwie strony są zgóry pewne, że odwiedziny będą wolne od rozdźwięków, jakiemi są tak zwane *nieproszone i nie w porę oddane wizyty*, które burzą porządek dnia, zabierają drogi czas w najmniej odpowiedniej porze, a tem samem wytwarzają mimowoli nastrój daleki od prawdziwie miłego i dobrego porozumienia pomiędzy odwiedzającym, a odwiedzanym.

Wszyscy chorujemy dzisiaj na brak czasu. Która z nas nie pracuje poza domem, pracuje w domu, a tem samem nie możemy swobodnie dysponować czasem i tracić go bez szkody dla całokształtu dnia, na wizyty niepewne, które kończą się pozostawieniem biletów wizytowych dla zadokumentowania odwiedzin w czasie nieobecności państwa domu, których trudno zastać bez uprzedniego porozumienia, a zastając ich nie będziemy nigdy pewne, czy właśnie ta chwila spędzona z gośćmi przygodnemi nie krzyżuje ich planów, a zamiast stać się prawdziwie miłem przyjęciem nie jest przymusem okraszonym uśmiechem dobrego wychowania.

Tych ewentualności unika się i oszczędza swoim znajomym przeznaczając dla nich jeden dzień w miesiącu i oczekując ich w tym dniu w oznaczonych godzinach z pełną świadomością, że tok wydarzeń pójdzie po zgóry nakreślonej linji.

W najpracowitszem życiu, byle ono było racjonalnie zorganizowane, musi znaleźć się swobodny czas dla podtrzymania stosunków z ludźmi, bez których obejść się nikt nie jest w stanie. Trzeba tylko umieć wybrać czas odpowiedni, wyzwolić go z pod postronnych wpływów, poświęcając całkowicie przyjemności swobodnego obcowania z ludźmi.

Idąc po tej linji obieramy sobie na początku sezonu jesiennego, kiedy wszyscy powracają z letnich wywczasów i urlopów do normalnego życia pracy, jeden dzień w miesiącu i zawiadamiamy o nim grono naszych znajomych.

Kto prowadzi życie towarzyskie, ujęte w pewną formę konwencjonalną, rozsyła drukowane, lub poprostu ręcznie skreślone, zawiadomienia wszyst-

kim znajomym: w stosunkach pozbawionych oficjalności wystarczy telefoniczne, lub osobiste zawiadomienie.

Domy podtrzymujące ze sobą stały kontakt towarzyski zwykle uzgadniają dnie przyjęć, aby uniknąć trudności, jakie wynikają na tle spotykania się dni i godzin identycznych, wchodzących sobie w drogę.

Dnie przyjęć mają jeszcze i tę dobrą stronę, że są stosunkowo najmniej kosztowną formą przyjmowania gości, co w dzisiejszych ciężkich warunkach materjalnych gra pierwszorzędną rolę.

Obiad proszony czy kolacja, to już wysiłek materjalny, na który nie każda z nas może sobie pozwolić. Tak zwany five o'clock, byle zorganizować go z pomysłowością i finezją, obejdzie się bez poważnych wydatków i bez skomplikowanych przygotowań.

Przyjmując w godzinach od 5 — 7-ej podaje się dzisiaj przeważnie herbatę, tartinki i lekkie słodycze, albo owoce (zależnie od sezonu). Czarna kawa nie należy do dobrego tonu, chociaż zawsze znajduje grono entuzjastycznych wyznawców, którzy nie chcą pogodzić się z nakazami mody. A moda wypowiada się za tem, że *czarnej kawy na przedwieczornem przyjęciu podawać nie należy!*

Jest to zresztą sprawa czysto indywidualna, to drobiazgowe poddawanie się modnym prądom, które, są jednak zawsze zmienne i przejściowe. W każdym razie, która z pań chce postawić swój salon, salonik, czy poprostu pojedyńczy, odnajmowany pokój z tapczanem (bez łóżka!) na odpowiedniej wysokości, niech podaje gościom odwiedzającym ją w dniu przyjęć filiżankę aromatycznej, bardzo gorącej i obowiązkowo świeżo zaparzonej herbaty, do niej cukier rąbany, cytrynę, zręcznie zrobione maleńkie kanapki z witaminowemi dodatkami (świeży, lub kwaszony, zależnie od sezonu, ogórek, pomidory, listki zielonej sałaty, jako podłoże zimnego mięsa i t. p.), pamiętając o uwzględnieniu cieniutko krajanego razowego chleba, który narówni z misternie krajaną długą bułeczką musi dziś służyć za podstawę eleganckich kanapek.

Kanapki układa się na tacy przykrytej serwetką papierową, wykończoną koronką (kupić ją można w zaprzyjaźnionej cukierni, lub w składzie papieru). Praktyczne i estetyczne widelczyki automatyczne ułatwiające nabieranie z tacy kanapek będą tutaj bardzo wskazane.

Kanapki powinny być tak maleńkie, aby je można było wziąć odrazu do ust, inaczej utrudniają, a nawet czasem uniemożliwiają estetyczne jedzenie.

Jako dopełnienie wystarczą drobne ciasteczka, owoce osmażane w cukrze, lub owoce świeże. Zawsze mile widziane są słone ciasteczka kupne, lub wyśmienite paluszki kruche z serem szwajcarskim przygotowane w domu, a pewne urozmaicenie wnoszą grzanki różnego typu, daleko smaczniejsze niż powtarzające się do znudzenia słodycze kupowane w cukierniach.

Jeżeli warunki domowe pozwalają na to wybieramy z pośród odwiedzających nas osób grono najmilszych i zatrzymujemy na wieczór, przeprowadzając to w sposób dyskretny, tak aby nie obrazić tych, których traktujemy, jako gości przelotnych. Takie zebranie wieczorowe nie wymaga *występu*. Trochę zimnego mięsa, sałatka z jarzyn, dobre pieczywo, wyborowe masło, jakieś domowe ciasto, czy ciastka, herbata, albo też jedno gorące danie, owoce, czy kompot. Zresztą urozmaicenie kolacji jest zależne od pomysłowości i wyrobienia pani domu, która niejednokrotnie umie niewielkiemi środkami stworzyć coś oryginalnego i pomysłowego wyzwolonego z pod etykiety szablonu.

Dzisiejsze zwyczaje uprościły kulinarne obowiązki pani domu względem przyjmowanych osób, gdyż obfitość jedzenia nie należy już bynajmniej do dobrego tonu, przestała być miarą gościnności. Daleko większy nacisk kładzie się na sposób podania i zestawienia jadłospisu, niż na ilości podawanych potraw.

Do przyjęć zakrojonych na większą miarę zaliczamy obiady proszone i kolacje.

Obiad proszony.

Obiady proszone mogą być dwojakiego typu: popołudniowe i wieczorne. Wczesne obiady popołudniowe są zazwyczaj mniej wystawne — wieczorne wymagają nakrycia i jadłospisu specjalnego.

Przy takim obiedzie domownicy i goście zjawiają się w strojach wieczorowych, jednak pani domu powinna dbać o zachowanie umiaru w stroju, aby zbyt piękną i kosztowną tualetą nie zaćmiewać gości.

Obiady proszone *dzienne* podaje się o dowolnej godzinie. Jest to typ przyjęcia, stosowany zazwyczaj na wsi; w mieście gdzie godziny pracy obowiązują wszystkich, proszony obiad dzienny staje się możliwym jedynie w dnie świąteczne.

Jeżeli osoby zaproszone należą do rodziny, lub bardzo dobrych, zażyłych przyjaciół, czy znajomych — „ceremonjał" obiadowy w całej swej rozciągłości, nie jest obowiązujący.

Ładnie nakryty stół — dobrze zestawiony jadłospis, umiejętne podanie potraw, miły, pogodny i gościnny nastrój — zastąpią całkowicie wystawne dania. Natomiast obiady, wydawane dla osób, stojących na wysokich stanowiskach (obiady reprezentacyjne), lub dla uczczenia jakiejś uroczystości rodzinnej: imienin, zaręczyn, obiady ślubne i t. p. — wymagają już zachowania etykiety, jaką narzuca nam savoir vivre.

Popierając teorję przykładem, przytaczam

jadłospisy, dostosowane do wszystkich powyżej wymienionych okoliczności:

Obiad proszony dzienny (w mieście).

Zupa Julienne (rosół z jarzynami).
Pasztet w kruchem cieście — sos kaparowy.
Pieczeń cielęca — sałata — purée z kartofli.
Szparagi, albo bukiet z jarzyn.
Tort owocowy. Czarna kawa.

Na wsi.

Przekąski. Nalewki domowe.
Rosół w filiżankach — grzanki z serem.
Potrawa z szyjek rakowych z ryżem.
Kurczęta — sałata, albo mizerja.
Jarzyny sezonowe.
Lody owocowe, albo krem mrożony — andruty migdałowe.
Czarna kawa.

Obiad proszony wieczorny (wystawny).

Zupa ox-tail (na ogonach wołowych z maderą).
Vol-au-vent z ryb z pieczarkami we francuskiem cieście.
Combry sarnie — sos groseille — krokiety, z kartofli.
Szparagi.
Lody mieszane ubierane waflami.
Czarna kawa.

Obiad proszony (zaręczyny, imieniny, wesele).

Zupa — krem z jarzyn — diablotki (drobne paszteciki francuskie).
Majonez z łososia.
Combry sarnie z sałatą.
Bukiet z jarzyn.
Bażanty z kompotem.
Krem mrożony — lody.
Owoce, torty — czarna kawa.

Kolacja.

Jeżeli mamy na kolacji niespodziewanych gości (co zdarza się tak często) nie trzeba posyłać nagwałt po dodatkowe kosztowne dania, a starannością i pomysłowością uzupełnić skromną codzienną kolację. W takich wypadkach pierwszorzędne usługi oddadzą nam takie dania, jak: omlet francuski, podany z groszkiem, grzybkami, pomidorami, pieczarkami z Wecka, lub z puszki, omlet z szynką, albo poprostu t. zw. „aux fines herbes“ z dodatkiem siekanej natki od pietruszki, albo szczypiorku; paszteciki w muszelkach, przyrządzone napoczekaniu z obiadowych pozostałości; grzanki nałożone farszem i zapieczone w piecu; sałatki z kartofli, jarzyn, kiszonek, marynat, wreszcie inne jakieś pomysłowe dania, które można przyrządzić na podstawie domowych zapasów, nie wyprowadzając z równowagi naszego budżetu, a dając dowód gospodarności i wyrobienia pani domu.

Inaczej przedstawia się już sprawa kolacji, na którą zaprosiliśmy parę osób. Możemy zawczasu przygotować się do takiego przyjęcia i spokojnie obmyślić szczegóły.

Tutaj znów nie chodzi bynajmniej o kosztowne i wyszukane dania, ale o umiejętne ich zestawienie i podanie.

Kolacja proszona, podana na większem zebraniu, raucie, lub balu ma swoje specjalne prawidła, do których stosować się musimy.

Stół, nakryty podług wszelkich wymagań mody, jadłospis odpowiednio ułożony, służba stojąca *na wysokości zadania.*

Pora podawania kolacji jest zależna od typu przyjęcia. Podaje się ją od godziny 22-ej (dziesiątej), aż do 1-ej w nocy (kolacje balowe).

Sposób zestawiania jadłospisów kolacyj o różnych typach podaję poniżej:

Kolacja proszona gorąca (skromna).

Grzyby w śmietanie zapiekane w rondlu, albo forszmak.
Pieczeń cielęca, albo wołowa po angielsku — sałata — purée z kartofli.
Galaretka owocowa, albo sałatka ze świeżych owoców.
Herbata, pieczywo, masło — ciasto domowe — owoce.

Kolacja proszona zimna (skromna).

Omlet po francusku z groszkiem zielonym, albo zapiekanka w tygielkach.
Zimne mięso — sałata (zielona, albo z jarzyn).
Herbata — ciasto domowe — owoce.

Kolacja gorąca wystawna.

Pasztet na gorąco w kruchem cieście — sos maderowy, albo chaud-froiel z kwiczołów.
Majonez z sandacza, albo ryba z wody z masłem topionem.
Indyk z kasztanami.
Melba.
Owoce — czarna kawa.

TREŚĆ NUMERU: Różne rodzaje światła i opału — *Dr. Stefanja Pfanhauserowa.* Kuchnia wykwintna — *Pani Elżbieta.* Lecznictwo domowe — *Dr. Marja Kłosińska.* Przechowywanie warzyw — *Zofja Wróblewska.* Hodowla gołębi — *Lucyna Moczarska.* Różne rodzaje przyjęć — *Wanda Dobrzańska.*

Wydawca: Tow. Wyd. „BLUSZCZ“
Warszawa, Plac Zamkowy Nr. 9.
Tel. 239-40. Konto P. K. O. 22.355

Kierowniczka Kursów (Red. Odpow.)
WANDA DOBRZAŃSKA

Druk. Zakł. Graf. Tow. Wyd. „Bluszcz“ — Warszawa, Rymarska 8. Tel. 244-18.